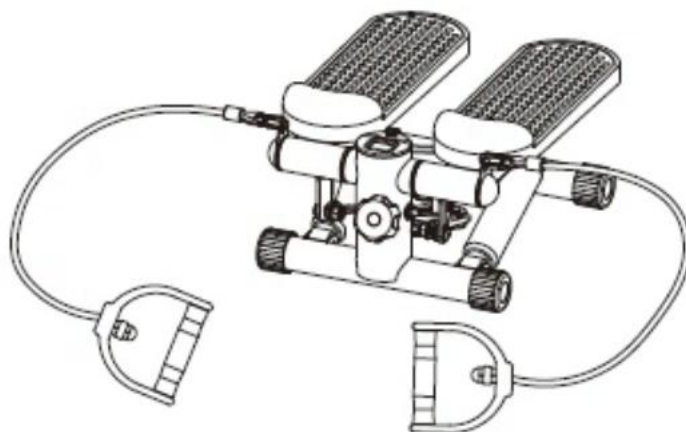


МИНИСТЕППЕР с эспандерами

АРТИКУЛ: SC-S861



РУКОВОДСТВО ПОЛЬЗОВАТЕЛЯ

Важно! Перед сборкой и эксплуатацией изделия внимательно прочтите настоящее руководство. В нём содержится информация о безопасной сборке, использовании и уходе за изделием, обеспечивая его эффективную и безопасную работу.

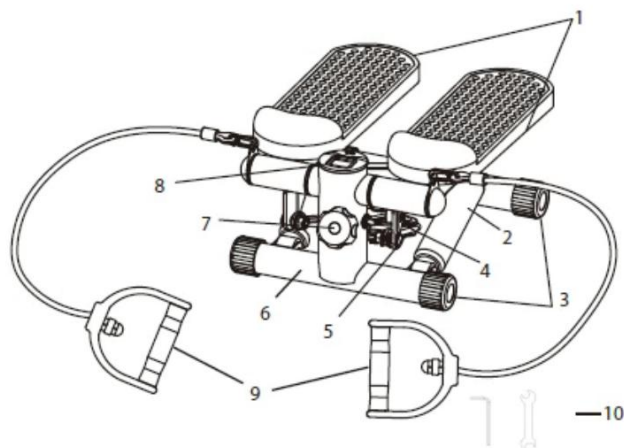
Сохраните документ для дальнейшего использования.

МЕРЫ ПРЕДОСТОРОЖНОСТИ

Сохраните руководство для дальнейшего использования.

1. Перед сборкой и эксплуатацией тренажёра внимательно прочтите настоящее руководство.
 2. Проконсультируйтесь с врачом, прежде чем начать тренировки, чтобы он оценил ваше здоровье и исключил противопоказания к использованию тренажёра.
 3. Не допускайте детей и животных к тренажеру. Изделие предназначено только для взрослых.
 4. Размещать тренажёр следует на ровной и устойчивой поверхности. Защитите рабочую поверхность от повреждений, используя коврик или другое подходящее покрытие. В целях безопасности вокруг изделия должно быть не менее 0,5 м свободного пространства.
 5. Перед тем, как приступить к тренировкам, убедитесь, что все крепежи надёжно затянуты.
 6. Для занятий на тренажёре выбирайте удобную спортивную форму. Избегайте ношения слишком свободной одежды, которая может зацепиться за тренажёр или ограничить ваши движения.
 7. Тренажёр предназначен только для личного (бытового) использования. Максимально допустимый вес пользователя – 100 кг.
 8. Во время тренировки происходит нагрев гидроцилиндров.
- НЕ ПРИКАСАЙТЕСЬ к гидроцилиндрам во время и после тренировки, это может привести к ожогу.
9. Рекомендуем, в зависимости от интенсивности тренировок смазывать все подвижные соединения.
 10. Перед началом использования проверьте комплектацию изделия.
 11. Не выбрасывайте упаковку до окончания сборки изделия.

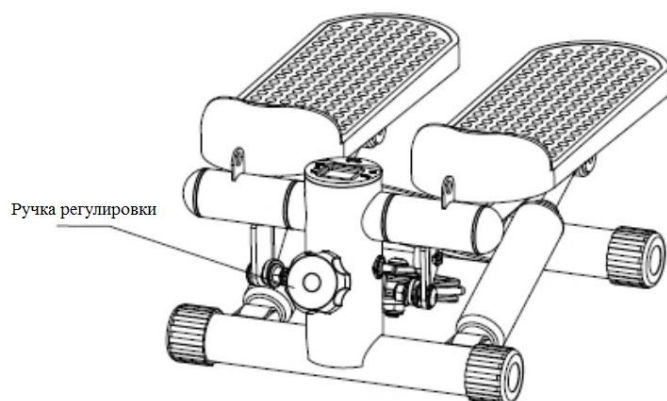
СБОРОЧНЫЙ ЧЕРТЕЖ



| № | Наименование | Кол-во | № | Наименование | Кол-во |
|---|--------------------|--------|----|-------------------|--------|
| 1 | Педаль | 2 | 6 | Основная рама | 1 |
| 2 | Гидроцилиндр | 2 | 7 | Ручка регулировки | 1 |
| 3 | Заглушка | 4 | 8 | Консоль | 1 |
| 4 | Несущая ось колеса | 1 | 9 | Эспандер | 2 |
| 5 | Трос | 1 | 10 | Шестигранный ключ | 2 |

РЕГУЛИРОВКА ВЫСОТЫ ПОДЪЕМА

Регулировочная ручка расположена на передней стойке степпера и позволяет изменять высоту подъема. Высокий подъем требует больших усилий во время упражнений, а низкий подъем - меньших усилий. Пожалуйста, отрегулируйте ручку в соответствии с подходящим для вас положением.



РАБОТА С КОНСОЛЬЮ

Для настройки компьютера степпера нажмите кнопку MODE, чтобы отобразить следующие функции:

1. **ТЕМП (REPS/MIN):** Количество шагов, сделанных за одну минуту.
2. **ВРЕМЯ (TIME):** Длительность тренировки.
3. **КАЛОРИИ (CALORIES):** Количество калорий, сожженных во время тренировки. Значение приблизительное и представлено только для справки.
4. **ШАГИ (COUNT):** Количество шагов, сделанных во время тренировки.
5. **СКАНИРОВАНИЕ (SCAN):** Режим, при котором на дисплее попеременно отображаются все параметры.



Консоль работает от батарейки 1 шт. формат LR44 (в комплекте).

Замена батареек:

1. Осторожно выньте консоль из специализированного держателя.
2. Удалите разряженную батарейку.
3. Установите новую батарейку в батарейный отсек с задней стороны консоли. Убедитесь, что батарейка установлена с соблюдением полярности.



Обратите внимание:

1. Компьютер автоматически выключается, если датчик не получает сигнал или кнопки не нажимаются в течение примерно 4 минут
2. При появлении сигнала монитор автоматически включается.
3. Сброс компьютера осуществляется заменой батареи или удержанием кнопки MODE в течение 3х секунд.

ОБЛАСТЬ ПРИМЕНЕНИЯ

Только для домашнего использования.

Производитель имеет право вносить изменения в конструкцию не ухудшающие потребительские свойства изделия, без специального уведомления.